LICHIDELE ŞI EFORTUL

de CLEMENT BACIU
Asistent la Catedra de Tehnică şi Teorie a Educaţiei Fizice A.N.E.F.

De la marele fiziolog Claude Bernard, se ştie că viaţa unui organism se desvoltă în două medii:

1. unul exterior—aerul sau apa, în care trăeşte organismul viu, în întregime şi.

2. unul interior — lichidul în care trăesc elementele constitutive ale acestuia, ţesuturile şi celulele.

Un organism complex, cum este organismul omului, trebue considerat, ca un ansamblu de fiinţe simple — celulele lui constructive — care trăesc în mediul lichid interior. Ţesuturile şi celulele sunt permanent scăldate de acest lichid interior.

Elementul principal constitutiv, al mediului lichid interior este apa. Cercetările au dovedit, că înaintarea în vârstă, presupune o pierdere a cantităţii de apă. In timp ce la un embrion, apa se găseşte în proporţie de 91%, faţă de greutatea corpului, la un copil ea se găseşte în proporţie de numai 69%, la un adult scade la 62%, iar la un bătrân ajunge la 58%.

Importanţa constanţei cantităţii de apă din organism este astfel uşor de înţeles, aceasta constituind un factor indispensabil însăşi vieţii. „Apa prezintă o proporţie fixă, în stare normală, pentru păstrarea căreia intervin, într'un sens senzaţia de sete atunci când au loc pierderi de apă, iar în sens opus, când s'a îngerat prea multă apă, intervine o eliminare abundentă. Când organismul pierde 10% din apa sa, apar nelinişte, tremurături şi nesiguranţa picioarelor; când pierde 20 la sută, apare moartea prin sete. (Prof. dr. E. C. Crăciun). Echilibrul se menţine, prin stabilirea unei echivalenţe între lichidele eliminate din organism şi cele introduse.

Omul pierde, în medie, prin rinichi, piele, plămâni şi intestin 3 litrii de noi pe zi. Compensarea se face prin apa din alimente (în medie 1 litru după A. Gauthier), şi diferite alte băuturi (restul de 2 litrii).

Dar aceste cifre pot varia, în raport cu căldura exterioară, cu umiditatea, cu alimentaţia, şi în ceeace ne priveşte pe noi, cu eforturile fizice. Astfel, la eforturi mari, într'un mediu cald, se pot pierde peste 14 litri de apă, care se cer recompensate.

Lichidele recomandate sportivilor

Autorii germani recomandă un consum cât mai mic de lichide, în schimb autorii francezi şi americani — şi noi suntem de părerea acestora — un consum atât cât îi este necesar organismului. Diferitele forme sub care se pot îngera lichidele sunt:

1. In primul rând APA. Se va bea puţin în timpul mesei, pentru a-se uşura digestia şi a-se evita îngrăşarea. In schimb, se va bea cât se va simţi nevoia, între mese. Dimineaţa este de recomandat a se lua un pahar de APA ALCALINA, care are efecte eficace în combaterea oboselii.

2. LAPTELE se va consuma, fără a se abuza, deoarece conţine acid lactic, adică substanţa toxică ce se formează şi în muşchi, în timpul activităţii. Pentru un individ de 80 de kgr. un kgr. de lapte pe zi ar fi mai mult decât suficient.

3. CEAIUL conţine un principiu activ teina, care stimulează sistemul nervos. Este indicat, cu mult zahăr şi cu atât mai mult cu cât se ştie, că băuturile călduţe, între 38—45 grade, sunt şi mai repede absorbite de organism. Deasemenea băuturile călduţe sunt şi mai repede eliminate, ceeace favorizează şi eliminarea produşilor toxici rezultaţi din efort.

4. CAFEAUA, conţine şi ea un principiu activ, cafeina, care poate provoca turburări ca: insomnii, palpitaţii, tremuraturi, etc. De aceea nu se recomandă sportivilor.

5. CACAO, este recomandată în cantităţi moderate, conţinând principii activi şi substanţe foarte hrănitoare.

6. CIOCOLATA, va fi mult mai mult recomandată, căci nu este alteeva, decât un amestec în părţi egale, de cacao şi zahăr, aromate cu vanilină. Cantitatea va fi însă moderată, digestia fiind dificilă, din cauza grăsimilor pe care le conţine. Ţinem totuşi să remarcăm, că Boigey, interzice total îngerarea de cafea, cacao, ciocolată, considerând că este inutil a se introduce în organism substanţe toxice ca teina, cafeina şi teobromina, pe care acestea le conţin.

7. SIROPURILE ŞI CITRONADELE bine fabricate, sunt băuturile ideale, după majoritatea autorilor. Ele sunt soluţiuni îndulcite, la care se adaugă zeamă de fructe. Falsificate, cu glucoză comercială în loc de zahăr şi cu mirodenii artificiale, în loc de zeamă de fructe, ele devin nerecomandabile.

8. INGHEŢATA luată după masă, „reprezintă un excitant activ al mucoasei stomacului, favorizând digestia, cu condiţia de a nu se mânca o cantitate prea mare şi de a conţine zahăr în cantitate suficientă". (George Demény).

9. Asunra SUPELOR, părerile sunt împărţite: autorii germani sunt contra celalţi le recomandă, pentru gustul lor şi pentru faptul că ajută digestia. Credem că ele nu sunt neapărat necesare, dar că un om obişnuit şi căruia îi place, nu are nici dece renunţa la ele.

10. In schimb, CIORBELE, par a fi cu totul contra-indicate, ca fiind mâncăruri mult prea greu de digerat.

11. şi, cu totul contra-indicate sunt băuturile alcoolice, despre care ne vom ocupa mai pe larg într'un alt articol.

Excesul de apă este însă şi el dăunător, provocând mărirea transpiraţiei şi concomitent cu aceasta pierderea multor săruri (de sodiu, de potasiu, etc.) utile organismului, ce'ace duce la iritare, insomnie şi mari oboseli.

Comportarea înainte de concurs

Şi la noi mai dăinuieşte încă greşita concepţie, că înainte de concurs, sportivul nu trebuie să bea apă toată ziua. Apa, aşa cum am reuşit să demonstrăm, este indispensabilă efortului, în cantităţile pretinse de organism. De aceia o inaniţie forţată, înainte de concurs, nu numai că nu poate ajuta, ci este chiar dăunătoare.

Cu atât mai mult, cu cât proba clinică de diureză (eliminarea a pei) ne arată că: dacă un individ nu consumă apă, diureza este de 50 cc. pe oră, dar că dacă ingerează 2 litri de apă în 15 minute, la o oră şi jum., diureza este maximă, cantitatea de urină crescând la 1.200 cmc., pe oră. Iată dar că, înaintea concursului cu trei şi chiar două ore, se poate bea apă, atât cât se simte nevoia, deoarece este timp destul pentru a se elimina. Cu două ore înainte însă, nu se va bea nimic. Chiar dacă se simte senzaţia de sete, se va clăti doar gura, sau se va lua o bomboană răcoritoare de mentă.

PROBLEME ACTUALE

ARGUMENTE MEDICALE

CONTRA BOXULUI PROFESIONIST

Desfiinţarea boxului profesionist a fost primită diferit de cei care se interesează de activitatea pugilistică.

Lăsând la o parte nemulţumirile celor ce vedeau în box numai o afacere rentabilă, vom încerca să arătăm pentru cei de bună credinţă câteva aspecte medicale ale problemei, care arată utilitatea măsurii luate.

Dat fiind că unele puncte ale corpului omenesc sunt mai sensibile boxerii caută întotdeauna să-şi plaseze lovitura acolo unde ştiu că vor obţine un maximum de efect.

Scoaterile din luptă cele mai frecvente se întâlnesc în urma loviturilor la cap, inimă, stomac, ficat şi carotidă.

Fenomenele produse prin lovirea uneia din aceste regiuni nu rămân întotdeauna fără urmări.

In special loviturile la cap, inimă şi ficat sunt cele mai periculoase.

W. Knoll a adunat descrierea a 27 de cazuri mortale survenite în urma loviturilor primite la box.

Dintre acestea 20 au fost provocate de hemoragii meningeale, 2 de hemoragii intracerebrale şi 5 de fracturi ale bazei craniului.

Moartea a fost cauzată de o singură lovitură numai în 9 cazuri, celelalte 18 fiind produse de o serie de lovituri. De obiceiu accidentele se produc atunci când boxerul nu se mai poate apăra din cauza oboselii sau pentrucă printr'o altă lovitură a fost făcut „groggy".

In aceste cazuri lupta trebue oprită fără nici o întârziere.

Boxerii profesionişti care trăesc însă depe urma boxului şi cărora publicul le cere să se bată cu orice preţ, respectă foarte rar această indicaţie.

Întreruperea luptei ar nemulţumi pe mulţi spectatori care la o nouă ieşire pe ring a boxerului respectiv nu vor mai veni pentrucă au fost lipsiţi de partea cea mai palpitantă, aceia când unul dintre adversari era transformat într'un adevărat sac de antrenament.

Managerii ştiu aceasta şi pentru a nu pierde câştigurile lor şi ale pensionarilor, nu aruncă buretele decât în ultima instanţă, atunci când este prea târziu pentru a mai evita urmările nefaste.

Knock-outurile repetate lasă urme adânci asupra fizicului şi intelectului boxerului.

Loviturile asupra capului chiar dacă nu sunt atât de puternice încât să producă moartea sau scoaterea imediată din luptă, cauzează leziuni ale sistemului nervos. S'au găsit numeroase hemoragii intracerebrale şi unii cercetători citează modificări în structura coloidală a celulelor nervoase.

Datorită acestor leziuni boxerii care au susţinut multe întâlniri şi pentru a câştiga bani cât mai mulţi au înfruntat adversari pe care îi ştiau net superiori, se prezintă într'o stare specială cunoscută sub denumirea de „sonare", „punch drimk" sau „schlagtrunkenheit".

Ei au turburări de natură psihică manifestate prin pierderea parţială şi progresivă a memoriei, lipsă de concentrare, reacţiuni încete, diminuare a atenţiei, turburări de auz şi ameţeli.

Faţa le este imobilă şi contractată ca o mască, gesturile şi mersul nesigur, se bâlbâe şi nu pot să-şi exprime ideile.

Personalitatea li se alterează, devin lăsători şi indiferenţi, neglijenţi şi lipsiţi de energie.

Poftă de lucru le lipseşte, viaţa intelectuală sărăceşte, individul ajunge un element neproductiv al societăţii şi în unele cazuri chiar o povară pentru ea, deoarece majoritatea celor „sonaţi" îşi sfârşesc viaţa în spitalele de nebuni.

Loviturile la inimă sunt şi ele căutate pentrucă produc de multe ori knock-out.

Inima este însă un organ sensibil. In urma traumatismelor repetate se produc leziuni durabile care fac dintr'un om sănătos, un veritabil infirm.

Astfel sunt citate cazuri în care s'au produs insuficienţe cardiace, semne de slăbiciune a muschiului înmej şi dureri persistente în regiunea precordială.

Loviturile la ficat cauzează distrugeri de celule hepatice, congestii acute şi hemoragii în acest organ.

Repetându-se la intervale scurte, aceste leziuni produc alterări definitive şi importante ale ficatului. Dat fiind că celula hepatică are roluri foarte importante în funcţionarea întregului organism este uşor de înţeles ce urmări nefaste poate să aibă o conduită nechibzuită asupra sănătăţii unui boxeur.

Toate aceste leziuni se produc mai ales când boxeurul susţine matchuri la date apropiate.

Cum însă boxeurul profesionist nu mai are în majoritatea cazurilor altă posibilitate de a-şi asigura existenţa decât matchurile pe care le susţine, ei nu-şi aranjează programul după cum îi dictează interesele sale, ci după cele ale organizatorilor.

Fiind nevoiţi să profite de orice ocazie ivită pentrucă altfel nu are din ce trăi, boxerul profesionist îşi periclitează sănătatea şi se expune să ajungă în starea pe care am descris-o mai sus.

Boxerii amatori pot fi puşi la adăpost de toate aceste aspecte neplăcute pentrucă ei îşi au asigurată existenţa prin munca depusă în alt domeniu.

Activitatea lor pugilistică se poate desfăşura în respectul preceptelor higienei sportive devenind astfel un factor binefăcător pentru sănătate.

Durata matchului este mult mai scurtă la amatori, lucru de mare importanţă, pentrucă uzura este mai mică şi sancţele de repetare a loviturilor periculoase sunt scăzute.

Deoarece organismul copiilor şi adolescenţilor este mai fragil se recomandă ca boxul să nu fie început sub vârsta de 18 ani iar matchurile să fie permise numai după un antrenament metodic şi îndelungat.

Începătorii trebue să înveţe mai înainte de orice să-şi apere faţa şi capul pentrucă ele reprezintă puncte sensibile şi loviturile aplicate aici lasă după cum s'au văzut cele mai neplăcute urmări.

Greutatea celor doi combatanţi să fie pe cât posibil egală. Diferenţele mari de greutate pot da naştere la accidente prin disproporţia între forţa de lovire a unuia şi rezistenţa mică a celuilalt.

Un boxeur care a fost knock-outat nu trebue să mai boxeze un timp de cel puţin 3 luni, durată considerată ca necesară refacerii organismului lezat în urma loviturilor primite.

Boxeurilor care au suferit knock-outuri repetate este bine să li se interzică practicarea mai departe a acestui sport, deoarece la ei turburările produse sunt mai grave şi pot să-i transforme în infirmi.

De asemenea trebue să li se insufle tinerilor convingerea că boxul nu este un scop, ci un mijloc prin care ei pot să-şi întărească sănătatea şi să dobândească numeroase calităţi pentru a deveni elemente active şi utile ale societăţii.

Procedându-se astfel se face un mare pas înainte şi în locul oamenilor „sonaţi" şi inutili activitatea pugilistică va da colectivităţii indivizi capabili şi productivi.

Miron Georgescu

O după amiază pe terenul de sport

CU GARDIENII PUBLICI

LA VELODROM, SE FACE SPORT IN FIECARE ZI ŞI GARDIENII SUNT MANDRI DE ACEST LUCRU

Auzisem că la Corpul Gardienilor Publici, educaţia fizică se bucură de o deosebită preţuire, dar nu avuseşem prilejul să-i vedem la lucru pe „apărătorii ordinei". Deaceia, când am primit într'o după amiază invitaţia de a asista la programul obişnuit de pe terenul Velodrom, ne-am grăbit să-i dăm curs.

Asociaţia Polisportivă a Gardienilor Publici...

De fapt, proectul înfiinţării "Asociaţiei Polisportive a Gardienilor Publici", există încă de acum un an. Din motive de forţă majoră, el nu a putut deveni realizabil decât în cursul acestui an, formele legale urmând să fie îndeplinite în cursul săptămânii ce urmează.

Pe terenul din Sos. Ştefan cel Mare am găsit în plină activitate gardienii publici. Îmbrăcaţi în costume de sport, ei se antrenau pe specialităţi sub supravegherea atentă a d. căp. CHINIE, instructorul sportiv, ajutat de d. RĂCHITEANU. Şi în timp ce mărşăluitorii mai făceau un tur şi călusarii, despre care vom vorbi mai jos se pregăteau am obţinut unele informaţii în legătură cu activitatea sportivă şi culturală a gardienilor. Ca secţii de sport există în prezent cele de box foot-ball, jiu-jitsu atletism, tir. Desigur, fiind începutul nu s'au putut obţine până acum performanţe deosebite. Totuşi echipa de mars, a participat la diferite probe clasându-se onorabil. Sunt câteva elemente de valoare care trebuiesc urmărite şi antrenate serios. Graţie sprijinului neprecupeţit acordat de d-nii col. BĂDESCU VICTOR şi col. POPESCU, s'au putut cumpăra materiale de sport pentru gardieni, dându-li-se posibilitatea de a se bucura de binefacerile sportului. Dealtfel în fiecare dimineaţă dela ora 6,30 toţi gardienii fac înaintea programului de instrucţie şi exerciţii de educaţie fizică în care se insistă în mod special asupra mersului crosului sărituri de obstacole jiu-jitsu, lucruri necesare unui bun poliţist. Şi nu numai cei în vârstă fac sport. Copiii de trupă participă şi ei alături de cei vârstnici la toate antrenamentele.

Şi echipe culturale, în care sportivii sunt în frunte...

Aşa cum arătam mai sus, Gardienii Publici din Bucureşti au în afara echipelor de sport şi echipe culturale, dintre care remarcăm în primul rând călusarii. Majoritatea din ei au făcut parte din echipa care a fost la Londra. Sub conducerea lui Grigore Stan ei au executat câteva figuri, extrem de interesante, unice la noi, şi deşi programul nu se desfăşura decât în praful stadionului, totuşi succesul a fost desăvârşit. Meritul mare al organizării secţiei culturale îl revine d-lui maior CAROL, care a pus mult suflet, pentruca gardienii să aibă echipe culturale de care să fie ei în primul rând mândri. Alături de d. căpitan CHINIE, d. maior CAROL, se îngrijeşte şi de buna desfăşurare a programului de educaţie fizică, fiind dealtfel şi preşedintele asociaţiei. La echipele culturale, sportivii gardienii sunt la locuri de frunte, desvăluindu-se şi aici câteva elemente de valoare.

Corpul Gardienilor Publici din Bucureşti a înţeles importanţa sportului pentru buna pregătire şi de aceia el se bucură de toată preţuirea.

O SPERANŢĂ:

ALEX. TERNOVICI

Dacă rătăcind undeva prin Timişoara, ai întâlni în înghesuiala vreunui tramvay, într'un grup vesel de atleţi pe ALEX. TERNOVICI, te-ai întreba mirat, la văzul pantofilor cu cuie, dacă şi el, cel mai tăcut — ai zice chiar cel mai timid — este atlet şi încă năvalnic sprinteur? Şi multe stăţii te-ar frământa acest gând, dacă tramvaiul n'ar ajunge la capăt, la Stadionul Electrica...

Aci în liniştea stadionului, în treningul kaki dela „Prima Banat", îl poţi cunoaşte mai bine decât ori unde pe Al. Ternovici: atletul şi omul.

S'a născut la 11 Aprilie 1929 la Lugoj, e deci în ultimul lui an de juniorat.

Atletismul l-a pasionat din primii ani ai liceului, însă n'a îndrăsnit să se dedice lui, decât abia anul trecut la 23 August, când nesperat aleargă 100 m. plat în 12.2 sec. De acum înainte va fi şi el un bolnav de atletism şi satisfacţiile încep să vină şi ele: iese campion al Colegiului Loga la o sută şi stafetă şi campion interşcolar timişorean tot la sută şi stafetă şi în plus lungime. Puţin mai apoi, campion naţional junior în echipa de ştafetă a Primei Banat la 4x100 şi stafeta balcanică.

Prof. CORNEL IOVANESCU se ocupă atent de antrenamentele elevului său căruia-i pregăteşte o carieră frumoasă şi după o iarnă de antrenamente intense sezonul actual îi aduce isbânda unui neaşteptat 11.2 pe sută ca şi selecţionarea în echipa Banatului care a învins acum Vojvodina când la 200 m. s'a clasat al treilea în 24,2 sec.

Iată câteva din cifrele sale cele mai bune: 100 m. 11,2 sec; 200 m. 24,2 sec.; 400 m. 53.6 sec.; 800 m. 2:09,0, lungime 6,25 m. — 4x100 46,2 sec.

Şi în răgazul unei clipe de odihnă, îţi va spune modest că adoră atletismul, că luptă să fie cât mai bine şi că între două antrenamente şi un concurs preferă un concert, o operă, o piesă bună la Teatrul Naţional ca şi o plimbare cu barcă pe Bega. Îţi va mai spune că-l are pildă pe Moina şi ideal atletic pe Owens şi că bacalaureatul îi dă tot atâtea emoţii, ca şi startul la o sută de metri.

Dar câte nu îţi-ar mai spune ...dar antrenorul îl cheamă undeva pe turnantă.

r. vil.

LA BUMBEŞTI-LIVEZENI

BRIGADA BUCUREŞTEANĂ
a terminat înainte de termen lucrările încredinţate

— Norma de activitate a fost depăşită cu 60% —

Prima parte a viaductului de la Cotor, una din principalele de pe şantierul Bumbeşti-Livezeni, a fost terminată. Brigada I-a Bucureşti, s'a evidenţiat în lucrări, prin munca depusă la betonarea ultimei bolte a viaductului, boltă în lungime de 177 m.

In zorii zilei, tinerii brigadieri au început lucrul. Plini de entuziasm, în cântece, U T M.-iştii din Capitală, au trudit din răsputeri pentru îndeplinirea înainte de termen a angajamentelor luate.

Viaductul, era un furnicar de oameni. Priviţi de jos, tinerii care se luau la hârţă cu orele, păreau nişte coloşi în faţa cărora timpul nu mai conta.

Pavel Constantinescu, comandantul şantierului, în vizita ce a făcut-o brigadierilor, a rămas mult tumit de eforturile depuse de tineri.

Brigadierii şi-au pus tot elanul, lucrând şi în timpul nopţii, pentru a termina lucrările cât mai repede.

Lucrarea a fost terminată...

Când ceata II-a a brigăzii bucureştene, a început lucrul în dimineaţa zilei de Marţi, mai rămăseseră de terminat 21 mc. In tot cursul zilei, UTM.-iştii, au lucrat cu entuziasm, pentru a isprăvi bolta.

Iar când la ora 5 după amiază, lucrarea a fost efectuată, brigadierii au împodobit cu verdeaţă viaductul, şi în cântece au raportat comandantului îndeplinirea misiunii.

Şi-au dat concursul la buna reuşită a lucrărilor, următorii tehnicieni: Ing. Masin, Ing. Pretorian, şef de echipă Gaftan, Iosif, maestru zidar. S'au evidenţiat următorii brigadieri: Roşcanu, Corda, precum şi ceata II-a, grupa II-a.

De remarcat că bolta trebuia să fie făcută în 12 zile, dar graţie elanului brigadierilor a fost terminată numai în 4 zile, depăşindu-se norma de lucru cu 60%.

Mircea Marinescu
Brigadier, colaborator al ziarului „Sp. Popular"

NOUL COMITET AL YACHT-CLUBULUI

După cum se ştie, bazele de canotaj şi de yachting ale fostului „YACHT CLUB" trecând în proprietatea OSP-ului, s'a transformat în Centru de Antrenament OSP, având în frunte un comitet compus din d-nii:

Comandor EUGEN SAVULESCU, GHEORGHE COSTINAŞ, SERGIU MARCU şi FERD. STOESSEL.

Kubler conduce în «Turul Elveţiei»

LAUSANNE. — 54 concurenţi au luat plecarea în a 3-a etapă a Turului Elveţiei, desfăşurată între Chaux des Fonds şi Thun.

20 concurenţi au sosit în acelaş timp cu învingătorul etapei. — Clasamentul acestei etape este următorul:

1) KUBLER 4 ore 35 min. 12 cu 34 km. pe oră; 2—20) Sommer, Digelman, Casola, Veckers, Kirschner, Geni, Clemens, Impanis, Deporter, Robic, Lang, Eigelman, Martini, Bresci, Menon, Cammellini, Lazarides, Goldschimdt, Brambilla.

In clasamentul general conduce tot KUBLER în 18 ore 33 min. 48 sec. urmat de M Clemens (hux) în acelaş timp, Bresci 18,36,40, Deporter, Cammellini 18.36.42, Sommer 18,38,50, Kirschner, Pederelli, Oecker, Martini Lazarides Goldschmidt, Robic.

MATERIALE PE NTRU SPORTIVII JUGOSLAVI

BELGRAD. — Comitetul de cultură fizică depe lângă guvernul Republicii Federative Populare Jugoslave şi-a asumat sarcina livrării tuturor articolelor necesare sportivilor.

Producţia de articole de sport este în 1948 de 2 ori şi jumătate mai mare decât anul trecut.

In timp ce înainte de război cea mai mare parte din aceste articole erau importate, astăzi aproape toate nevoile sportivilor sunt satisfăcute de producţia jugoslavă.

Planul de producţie în acest an prevede fabricarea a 8000 accesorii sportive, a 60.000 ghete sport, 70.000 bărci de canotaj, 40.000 mingi şi diferite baloane, peste 272.000 maiouri de sport şi numeroase alte articole sportive.

Un mare număr de accesorii şi echipamente sportive sunt confecţionate de membrii organizaţiei de cultură fizică şi de secţiile sindicale.

O podoabă a Iaşului: strandul redat populaţiei prin munca voluntară

Una din frumoasele podoabe de care se bucură bătrâna cetate a Moldovei este „STRANDUL IAŞULUI".

Acest frumos lăcaş de reconfortare fizică şi destindere se află situat în centrul oraşului în spatele măreţului Palat Administrativ şi a fost creiat odinioară de o mână de oameni avuţi cu scop bine definit de a exploata ieşenii în folosul buzunarelor proprii.

In anul 1929 când Strandul Iaşului şi-a deschis porţile inaugurarea lui a constituit un nou prilej de a se benchetui, de a se sparge sticle de şampanie şi a se consuma icre negre.

Vizitatorii în acea vreme nu erau alţii decât acei ce-şi puteau permite luxul de a suporta preţuri inaccesibile pentru punga mai mult decât anemiată a cetăţeanului ieşan.

Astăzi lucrurile schimbându-se fundamental în sensul că bogăţiile şi podoabele ţării nu mai sunt în mâna unor privilegiaţi, STRANDUL IAŞULUI a trecut în patrimoniul statului fiind sub directa administrare a unui comitet format din reprezentanţii: PMR., UNSR., UTM., Sindicatelor Unite Iaşi şi Primăriei Municipiului Iaşi.

Munca voluntară a refăcut acest locaş de odihnă şi sport

Acţionarii Strandului Iaşului văzându-şi periclitate interesele lor pecuniare, ei nu mai aveau posibilitatea să fixeze preţuri mari, au hotărît să nu mai deschidă porţile.

Planurile lor au fost însă dejucate şi astfel acest frumos lăcaş a intrat pe mâna unor oameni bine intenţionaţi, conştienţi de necesitatea lui, care au decis să-l redeschidă punându-l la dispoziţia maselor populare.

Trecându-se la fapte concrete actuala administraţie în frunte cu d-nii DIMITRIU şi Av. CROITORU şi a văzut munca usurată prin munca voluntară depusă de sutele de cetăţeni ai oraşului Iaşi, ca au lucrat zilnic şi lucrează pentruca această podoabă a oraşului Iaşi să-şi recapete splendoarea sa.

Au fost refăcute cele 2 basine de canotaj şi înnot, plaja a fost amenajată aşternându-se peste ea un vagon de nisip, cabinele de domni şi femei au fost reparate, s'au reparat şi construit peste 50 bărci, cele 2 terenuri de tennis au căpătat o înfăţişare normală şi în sfârşit s'a dat o atenţie deosebită florăriilor şi parcurilor existente.

S'au construit deasemenea terenuri de sport şi anume:

a) Un teren de wolley-ball gazonat unic în acest gen la Iaşi.

b) Un teren de basket-ball.

c) Un teren menit să adăpostească în vara aceasta numeroase gale de box ce se vor desfăşura în aer liber.

Seara vizitatorii strandului pot petrece câteva ore plăcute, cu muzică la cele două restaurante dintre care unul se află pe malul lacului de canotaj având boschete şi mese printre sălciile plângăreţe.

Strandul Iaşului va găzdui vara aceasta numeroase manifestaţiuni sportive

Strandul Iaşului va găzdui vara aceasta numeroase manifestaţiuni sportive, de tot felul care vor face ca activitatea sportivilor să nu-şi piardă din intensitate. Astfel Joi 10 Iunie 1948 Strandul Iaşului şi-a redeschis porţile în cadrul unei chermeze festive cu prilejul căruia au avut loc campionatele de înnot ale Iaşului. Innotătorii ieşeni au început din timp antrenamentele sub directa supraveghere a d-lui Prof. Ultimescu. In fiecare după amiază vizitatorul ieşan avea ocazia de a vedea „intrând la apă" pe cunoscuţii innotători ieşeni: VASILE HANGANU, EMIL HANGANU, MIHAI BARZAN, GIURCANEANU GHEORGHE, BOTEZ MATEI (campionul Iaşului la sărituri artistice), D' ALBON, RICK, DIMA CONSTANTIN.

*

Intr'un cuvânt strandul Iaşului constitue o podoabă a oraşului de care se pot mândri cetăţenii ieşeni.

Ştefan Georgescu